Explorer: les risques du métier

Par Martine Bantuelle et Marie Christine Van Bastelaer, Éduca-Santé

Observez bien votre bébé. Peut-être ne se déplace-t-il pas encore, mais il le fera dans les mois qui viennent. Ou alors il rampe déjà ou marche à quatre pattes. Chacun va à son rythme, le monde s'ouvre à lui. La vie de votre bébé change, la vôtre aussi! Ses progrès vous émerveillent, mais vous avez peur des premières chutes, des premiers bleus.

À bébé curieux, parents prudents!

Dès qu'il peut se déplacer, un bébé devient souvent grand explorateur! Son désir d'entreprendre est un atout formidable dans la poursuite de son développement. Il multiplie les découvertes mais, en même temps, les risques augmentent. Il apprend à se tenir assis mais, dans le bain, il peut facilement glisser. Il rampe ou marche à quatre pattes, et explore son environnement. Il est notamment attiré par des objets minuscules qui traînent par terre ou par d'autres un peu plus grands qu'il met en bouche et qui pourraient l'étouffer. Il s'intéresse à tout, notamment à ce qui est dangereux pour lui: prises de courant, radiateurs, escaliers…

Faut-il avoir peur de tout pour son enfant? Faut-il tout lui interdire ou le laisser en permanence dans son parc? La peur, l'angoisse des parents se transmettent facilement à l'enfant. Le calme, la confiance aussi. Il a besoin d'un sentiment de sécurité pour oser affronter la nouveauté. Tout lui défendre ou le retenir dans son parc risquent de le rendre moins actif et curieux.

Sachez, cependant, que les traumatismes ne sont pas une fatalité: ils peuvent être prévenus. Ayez confiance en votre capacité à prévenir les traumatismes de votre enfant, vous serez ainsi plus vigilants. Ne surestimez pas sa capacité à gérer les situations dangereuses. Identifiez ses limites afin de pouvoir intervenir rapidement en cas de danger.

Laissez votre bébé faire ses découvertes mais en sécurisant le plus possible son environnement. Il peut se rendre à quatre pattes jusqu'à l'escalier mais, là, une barrière l'empêchera de tomber; il peut toucher les murs mais les prises électriques seront protégées. Vous serez plus tranquilles et lui sera heureux de ses explorations. Beaucoup d'accidents sont heureusement sans gravité. Reste que certains peuvent être très graves, voire mortels. Chez l'enfant de moins de 1 an, il s'agit le plus souvent d'accidents domestiques. Dans cette classe d'âge, une cause fréquente de décès par accident est la suffocation par l'inhalation d'aliments ou d'un autre corps étranger. C'est, par exemple, la cacahuète qui traîne sur la table du salon, que l'enfant met en bouche et avale de travers. Les chutes d'une certaine hauteur sont également des accidents courants et parfois graves (chutes de la table à langer, de la chaise haute, dans l'escalier…).

N'hésitez pas à faire appel aux travailleuses médico-sociales de l'O.N.E., lors d'une consultation ou d'une visite à domicile, ainsi qu'à votre pédiatre ou à votre médecin

généraliste. Ils peuvent vous fournir des conseils personnalisés sur les changements à apporter en termes de comportements et d'environnement.

Lilliput au pays des géants

Faites un petit tour de votre habitation en étant attentifs à tout ce qui est accessible à un bébé curieux, qui rampe, marche à quatre pattes ou essaie de se mettre debout.

• La cuisine
Vous y passez beaucoup de temps et votre bébé aime s'y trouver en votre compagnie. Pensez à placer hors de sa portée et sous clé ce qui peut se révéler dangereux pour lui: les détergents, les produits pour lave-vaisselle, les sacs en plastique avec lesquels il pourrait s'étouffer, les objets coupants, les fils électriques… Protégez les prises de courant avec des cache-prises, la porte du four avec des pare-fours. Mieux vaut ne jamais cuisiner avec un bébé dans les bras. Il risque de vous faire faire un faux mouvement et de renverser sur lui un liquide ou tout autre aliment brûlant. Pourquoi ne pas l'installer dans son parc le temps de cuisiner?

• Le salon et la salle à manger
Votre bébé risque d'attraper les fils électriques, de mettre les doigts dans les prises. Protégez-les donc. Attention aux bouteilles contenant vin ou apéritif et qui se trouvent parfois dans un porte-bouteilles à même le sol. Rangez-les en hauteur.
Méfiez-vous des plantes vertes: certaines sont toxiques si le bébé en touche les feuilles ou les met en bouche. Si vous avez des doutes sur la toxicité éventuelle d'une plante, consultez le Centre Antipoisons (tél. 070 245 245).
Si vous laissez des portes ouvertes, veillez à ce que votre bébé ne puisse s'y coincer les doigts et à ce qu'elles ne puissent se refermer violemment sur lui en cas de courant d'air. Utilisez des bloque-portes.
Attention aussi aux appareils de chauffage. Veillez à ce que l'enfant ne puisse pas les atteindre.
Vérifiez la stabilité des meubles et la solidité des étagères au mur. On ne sait jamais… Si besoin est, n'hésitez pas à recourir à un système d'attaches.

• La chambre
Pensez ici aux fils électriques et aux prises de courant, aux appareils de chauffage, aux objets qui se trouvent à la portée du bébé et qui pourraient le blesser ou l'étouffer. Les cordelettes des stores sont à enrouler afin d'éviter tout risque d'étranglement.

• Le hall (de jour ou/et de nuit)
Depuis le 1er juillet 2005, dans la Région de Bruxelles-Capitale, il est obligatoire d'installer un détecteur de fumée dans les logements en location. En Wallonie, c'est depuis le 1er juillet 2006 que la présence d'un détecteur de fumée est rendue obligatoire dans toutes les habitations. L'installation du détecteur est à charge du propriétaire, aussi bien à Bruxelles qu'en Wallonie.

• La salle de bains

Comme la cuisine, la salle de bains peut présenter beaucoup de risques pour un bébé. Pour lui comme pour toute la famille, il est indispensable de prévoir une aération qui permettra d'évacuer le gaz carbonique produit par le chauffe-eau et de réduire l'humidité. Ne laissez jamais votre enfant sans surveillance dans la baignoire! Il pourrait se brûler, glisser et s'y noyer, même dans très peu d'eau.
Inspectez le sol et le bas des murs: pas de prises de courant non couvertes, pas de flacons de détartrant pour W.-C. ou de détergent posés à terre.
Les thermostats des chauffe-eau seront réglés au maximum à 60° et munis d'un dispositif anti-brûlure afin d'abaisser la température de l'eau.

• Au jardin
Surveillez votre bébé au jardin. Il pourrait arracher les feuilles de plantes dangereuses. Si vous avez un chien, surveillez-le aussi, même s'il est très gentil. Ne laissez jamais l'enfant seul avec lui.

En aménageant votre maison, vous réduisez nettement le risque d'accident. Une visite à l'extérieur avec votre bout de chou? Pensez que, s'il n'y a pas là aussi un tout-petit, le lieu ne présente pas le même niveau de sécurité. Redoublez de vigilance. Si vous confiez votre enfant à une personne de votre entourage, n'hésitez pas à aborder avec elle les problèmes de sécurité.

Une large gamme d'accessoires de protection visant à améliorer le niveau de sécurité de l'habitation est disponible tant dans les magasins de puériculture que dans les grandes surfaces. Leur efficacité repose sur leur bonne utilisation. Voici les plus faciles à trouver: barrières (pour portes ou escaliers), bloque-portes (sol, placards), cache-prises, protections coins de table, bloque-tiroirs, anneaux de bain, sièges de bain et matelas flottants.

Matériel de puériculture: on n'est jamais trop sûr!

Le matériel réservé à un bébé peut être source d'accidents. N'achetez que du matériel que vous estimez avoir été conçu de manière suffisamment sûre. Utilisez-le avec un maximum de sécurité.

• Le buggy
Le dossier du buggy doit toujours être légèrement incliné vers l'arrière. Même en position assise. Fermez systématiquement la ceinture, utilisez le frein chaque fois que c'est nécessaire. Si le buggy n'est pas muni d'un panier fixé sous le siège et si vous voulez accrocher un sac au manche, veillez à ce qu'il ne soit pas trop lourd. Cela évitera de déstabiliser le buggy et de provoquer sa chute. Le buggy-canne oblige l'enfant à rester assis tout le temps. Avant 1 an, il ne servira donc que pour de courts déplacements. Lors de son achat, préférez un buggy muni d'un système de sécurité automatique. Si vous devez l'enclencher vous-même, vous risquez de l'oublier. Et lorsque votre enfant voudra y monter tout seul, le buggy risque de se refermer sur lui.

• La table à langer
Les chutes de la table à langer sont fréquentes. À 8 mois, votre bébé bouge énormément. Ne l'y laissez jamais seul, même un instant. Veillez à avoir tout à portée de main avant de l'y déposer. Si vous devez vous baisser ou vous retourner, gardez toujours une main sur lui.

• Le parc
Les parcs en filet ne sont pas très sûrs. Votre bébé risque d'y accrocher un bouton de son vêtement et de s'étrangler. Mieux vaut un parc en bois, à condition que l'enfant ne puisse passer sa tête à travers les barreaux. Ceux-ci ne doivent donc pas être écartés de plus de 7 cm.
Lorsque vous devez quitter votre enfant des yeux, déposez-le dans le parc. Il y sera plus en sécurité. Mais ne l'y laissez pas trop longtemps: il doit aussi pouvoir explorer son environnement.

• Le lit
Le lit-cage de votre bébé doit être un endroit très sûr. Il y sera le plus souvent seul, sans surveillance. Les barreaux doivent être suffisamment hauts (plus de 60 cm) et écartés de moins de 7 cm pour que le bébé ne puisse y passer la tête et s'étrangler. Le fond sera solide et, s'il est formé de lattes, celles-ci doivent être espacées de 7 cm maximum pour que l'enfant ne puisse y coincer sa jambe. Assez grand, le matelas couvrira bien tout le fond. Si le lit est muni de roulettes, bloquez-les lorsque vous ne devez pas le déplacer. Pas d'oreiller dans le lit de votre bébé: il risquerait de s'étouffer. Mettez hors de sa portée tout ce qui comporte des éléments pouvant s'enrouler autour du cou et l'étrangler: chaînette de tétine, attaches de bavoir, fils de mobile… Pour la même raison, évitez les fixe-couverture, harnais…
Le bébé doit toujours être couché sur le dos et la température de la chambre ne dépassera pas 18° durant son sommeil.

• La chaise haute
Utile dès que le bébé tient bien assis et jusqu'à 2-3 ans. Elle sera munie d'une ceinture (ou, à défaut, d'un harnais) qui l'empêchera de se lever. Ainsi que d'une sangle d'entre-jambes, pour qu'il ne puisse pas glisser en passant en dessous de la tablette. Cette dernière doit être bien fixée à la chaise. Apprenez aux enfants plus grands à ne pas se pendre à la chaise, ce qui risquerait de la faire basculer. Ne placez pas la chaise près d'un meuble où votre bébé pourrait prendre appui avec ses pieds et la faire ainsi culbuter en arrière. Il ne restera pas seul devant un plat ou un liquide chaud qui pourrait le brûler. Éloignez couteaux et fourchettes.
Ce n'est pas la peine d'acheter une chaise transformable en trotteur, l'usage de celui-ci étant fortement déconseillé (voir plus loin).

• Le petit siège de table
Le petit siège qu'on accroche à la table peut être agréable quand votre bébé devient plus grand et il est pratique à emporter. Respectez bien l'âge d'utilisation mentionné dans le mode d'emploi ainsi que le poids maximum prévu pour le bébé. Vérifiez la stabilité de la table à laquelle vous le fixez et veillez à ce que l'enfant ne puisse détacher le siège, par exemple en poussant avec ses pieds sur une chaise qui serait placée sous le petit siège, ce qui soulèverait et détacherait celui-ci.

• Le trotteur

Dans les pays où le trotteur est fort utilisé, le nombre d'accidents graves liés à son usage est important. Les chutes sont nombreuses dans les escaliers, les pentes ou parce que le trotteur accroche le rebord d'un tapis.
Destiné à initier la marche chez des enfants à partir de 8 mois environ, il ne semble pas en réalité en faciliter l'apprentissage. L'enfant utilise moins les muscles de ses jambes parce que le poids de son corps est porté par le siège du trotteur. Et il ne développe pas son sens de l'équilibre comme il le fait en cherchant à se redresser et à se tenir debout tout seul. Pour toutes ces raisons, le trotteur est à proscrire.

• Le porte-bébé
Votre bébé est trop grand maintenant pour pouvoir encore être porté dans un sac kangourou. S'il tient bien assis, il peut être placé dans un porte-bébé dorsal. Veillez à ce qu'il soit suffisamment haut pour que le dos de l'enfant soit bien soutenu. Le porte-bébé doit être muni d'une ceinture de sécurité. Il doit pouvoir être déposé sur le sol de manière stable.

• En veillant à la sécurité du matériel destiné au bébé et en lui aménageant un environnement sûr, vous réduisez considérablement les risques d'accidents. Mais, à 8 mois, votre enfant est encore très dépendant de vous. En étant près de lui, en jouant avec lui, vous construisez une base solide à ses relations avec les autres et avec son environnement. Il voudra vous imiter et s'imprégnera des comportements de sécurité que vous lui apprenez.

• Certains parents disent: *"Moi, je laisse faire, cela lui apprendra qu'il ne peut pas toucher, que c'est dangereux!"* Mais, à 8 mois, un bébé n'est pas encore capable de comprendre le lien entre son acte et le résultat qui en découle. Il lui faudra du temps pour faire ce rapport, puis pour le retenir. Néanmoins, il n'est pas inutile de lui expliquer dès à présent ces situations dangereuses, pour qu'il les intègre mieux par après.

• Tentez de réserver à votre bébé un domaine où il est "en liberté surveillée" et où vous ne devez pas, déjà, lui interdire toute la journée de faire les choses qu'il doit faire pour se développer harmonieusement.

• Votre bébé devenant entreprenant, vous redoutez les premières chutes, les premiers bleus, surtout s'il s'agit d'un premier enfant. Reste qu'ils sont inévitables.

• Ce que votre bébé ne fait pas aujourd'hui, il le fera demain. Dès maintenant, évaluez son rayon d'action. Les bonnes habitudes se prennent tôt…

• Les médicaments portant la mention "pour enfant" ne sont valables, en général, qu'à partir de 2 ans. Ils ne conviennent pas aux bébés. Pour eux, il existe des médicaments spécialement dosés et marqués "pour bébé".

Bien choisir les jouets

Les jouets sont faits pour les enfants. Il est important qu'ils ne puissent pas les blesser. Ceux qui présentent le sigle "CE" (sur l'emballage ou l'étiquette) répondent aux normes de sécurité établies par l'Union européenne. Mais restez vigilants: les contrôles en la matière sont totalement insuffisants. Veillez à la qualité et à la solidité de ceux que vous donnez à votre bébé. Choisissez-en adaptés à son âge et évitez que des enfants plus grands ne lui donnent les leurs.

Pour plus d'informations

De nombreux dépliants et brochures sur la prévention des accidents, réalisés notamment par l'O.N.E., sont disponibles:
• Éduca-Santé, 1b, avenue Général Michel à 6000 Charleroi, tél. 071 30 14 48, site Internet www.educasante.org,
• Service Éducation à la santé de l'O.N.E., 95, chaussée de Charleroi à 1060 Bruxelles, tél. 02 542 12 11, site Internet www.one.be .